



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.com)

ZEYTİNYAĞLI KABAK

3 orba kaşığı zeytinyağı
1 adet soęan
1 adet domates
2 adet büyük kabak
4 dię sarımsak
Yeterince tuz
1,5 çorba kaşığı pirinç
Yarım demet ince kıyılmış dereotu

3 orba kaşığı zeytinyağını tencerede kızartalım. Soğanı yemeklik doğrayıp, yağın içine atıp, karıştırarak kavuralım. 1 adet domatesi küp küp doğrayalım. Tencereye ilave edelim. Kısık ateşte domatesler eriyinceye kadar birkaç dakika pişirelim. 2 adet kabağı halka halka doğrayalım. 4 diğ dövölmüş sarımsak ve tuzu tencereye ilave edelim. Pişmesine yakın, pirinci ekmeyselim. Arada sırada karıştırarak kısık ateşte pişirelim. Ateşten aldıktan sonra bir saat soğutalım. Servis tabağına alıp, dereotu ile süsleyelim.

